

No. MR	: PNK20260500030	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 May 2026
Nama Pasien	: UJIAN TO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 26 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Agustus 1966 / 59 Tahun 9 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114863134		
Alamat Pasien	: APOTEK KELUARGA JALAN KAMAL		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Asam Urat Tinggi - 8-14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: DARAH TINGGI , ASAM URAT
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Tidak pernah
Riwayat Merokok	: Merokok
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Tidak puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 141/90 mmHg
Nadi	: 86 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 82 Kg
Tinggi Badan	: 167 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 29.4 / Obesitas
Lingkar Perut	: 108.3 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisik normal, penglihatan normal, pendengaran normal

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 29.4 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 108.3 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM
- TEKANAN DARAH TINGGI 141/90 MMHG (NORMAL TEKANAN DARAH <120/80)
- PENINGKATAN LEUKOSIT
- PENURUNAN HEMOGLOBIN
- PENINGKATAN KREATININ
- PENURUNAN eGFR
- PENINGKATAN TRIGLISERIDA
- PENURUNAN HDL

No. MR	: PNK20260500030	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 May 2026
Nama Pasien	: UJIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 26 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Agustus 1966 / 59 Tahun 9 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114863134		
Alamat Pasien	: APOTEK KELUARGA JALAN KAMAL		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN GULA DARAH SEWAKTU
- PENINGKATAN KADAR HBA1C
- TERDAPAT LEUKOSIT, PROTEIN, DARAH DAN GLUKOSA

SARAN

MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN

- Konsumsi makanan tinggi zat besi (dagig merah, hati ayam/sapi, ikan dan telur), asam folat & vitamin B12 (Bayam, brokoli, kacang-kacangan dan produk susu), vitamin C seperti jeruk, jambu, biji dan tomat untuk membantu tubuh menyerap zat besi.
- Hindari makanan yang menghambat penyerapan zat besi, seperti konsumsi teh, kopi, dan cokelat setelah makan, karena kandungan tanin di dalamnya dapat mengganggu penyerapan zat besi
- Pertimbangkan Suplemen jika asupan makanan kurang, seperti suplemen penambah darah (tablet tambah darah/Fe), biasanya dikonsumsi bersamaan dengan vitamin C agar lebih efektif

MENURUNKAN KADAR TRIGLISERIDA DAN MENINGKATKAN HDL

- Kurangi makanan tinggi lemak jenuh dan trans seperti makanan gorengan, margarin, mentega, santan, makanan olahan, daging berlemak, makanan cepat saji
- Batasi Gula dan Karbohidrat seperti makanan manis, minuman bersoda, serta ganti karbohidrat sederhana (seperti nasi putih atau roti putih) dengan karbohidrat kompleks seperti beras merah, gandum, atau oatmeal.
- Konsumsi makanan tinggi lemak baik untuk meningkatkan HDL seperti alpukat, ikan, kacang-kacangan, minyak zaitun
- Perbanyak Omega-3 seperti ikan berlemak dua kali seminggu, seperti salmon, sarden, atau makarel.
- Konsumsi makanan tinggi Serat seperti sayuran dan buah-buahan untuk memperlambat penyerapan lemak dan gula di dalam usus.
- Jaga berat badan ideal, turunkan berat badan karena kalori ekstra akan diubah tubuh menjadi trigliserida dan disimpan sebagai lemak.
- Hindari merokok dan alkohol

MENJAGA KADAR GULA DARAH AGAR TETAP STABIL

No. MR	: PNK20260500030	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 May 2026
Nama Pasien	: UJIAN TO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 26 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Agustus 1966 / 59 Tahun 9 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114863134		
Alamat Pasien	: APOTEK KELUARGA JALAN KAMAL		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Atur pola makan sehat dan teratur, pilih karbohidrat kompleks dan makanan dengan indeks glikemik rendah seperti beras merah, gandum utuh (oats), atau quinoa untuk mencegah lonjakan gula darah
- Perbanyak serat seperti sayur dan buah-buahan dan protein
- Atur porsi makan lebih baik porsi kecil namun sering
- Batasi konsumsi gula tambahan pada penderita diabetes mellitus yaitu kurang dari 30 gram (2 sdm) perhari
- Lakukan pemantauan mandiri dengan pengecekan kadar gula darah rutin di rumah
- Rutin konsumsi obat diabetes sesuai anjuran dokter agar gula darah tetap stabil

REKOMENDASI POLA HIDUP SEHAT

- Terapkan prinsip isi piringku yaitu setengah piring berisi sayur dan buah, setengah lainnya diisi makanan pokok, lauk-pauk. Pastikan asupan dari berbagai kelompok pangan yang bervariasi (karbohidrat kompleks, protein, buah, sayur, serat)
- Batasi konsumsi garam/natrium maksimal 5 gram (1 sdt) hari. Jumlah ini mencakup total garam dari semua makanan dan minuman yang dikonsumsi, termasuk garam dalam kecap, saus, dan makanan olahan. Konsumsi berlebih dapat meningkatkan risiko hipertensi, stroke, dan penyakit jantung.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga
- Tidur cukup 7-9 jam, hindari makan sebelum tidur
- Berhenti merokok karena dapat menyebabkan peningkatan lingkaran perut (lemak visceral), penyakit metabolik dan kardiovaskular
- Lakukan olahraga 3-5 kali per minggu selama 30 menit secara rutin dan konsisten. disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan darah menunjukkan peningkatan leukosit atau leukositosis. Leukosit (sel darah putih) adalah komponen utama sistem kekebalan tubuh yang berfungsi mendeteksi, melawan, dan menghancurkan benda asing, kuman, serta sel abnormal penyebab infeksi atau penyakit. Pada pemeriksaan hitung jenis didapatkan peningkatan eosinophil dan penurunan limfosit. Hal ini kemungkinan dapat berkaitan dengan adanya infeksi virus atau reaksi alergi. Segera konsultasi ke dokter untuk mendapatkan pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut.

No. MR	: PNK20260500030	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 May 2026
Nama Pasien	: UJIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 26 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Agustus 1966 / 59 Tahun 9 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114863134		
Alamat Pasien	: APOTEK KELUARGA JALAN KAMAL		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan penurunan hemoglobin atau anemia. Hemoglobin adalah protein kaya zat besi di dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh dan membawa karbon dioksida kembali ke paru-paru. Konsultasikan hasil pemeriksaan kepada dokter, agar dapat diketahui sumber anemia dan mendapatkan penanganan yang tepat.
- Hasil faal ginjal menunjukkan peningkatan kreatinin dan penurunan eGFR. Kreatinin adalah produk limbah sisa metabolisme otot, Kadar kreatinin dalam darah menjadi indikator paling utama untuk mengevaluasi fungsi dan kesehatan ginjal. Kondisi ini sering dikaitkan dengan gangguan ginjal (seperti infeksi atau gagal ginjal), dehidrasi berat, hingga efek samping obat tertentu. Sedangkan, eGFR (Estimated Glomerular Filtration Rate atau Estimasi Laju Filtrasi Glomerulus) adalah parameter laboratorium untuk mengukur seberapa baik fungsi ginjal dalam menyaring limbah dan cairan dari dalam darah. Hasil eGFR yaitu 59, dikategorikan sebagai penurunan sedikit hingga cukup menurun. Pasien dengan peningkatan ureum, kreatinin dan penurunan eGFR <60, disarankan melakukan pengulangan pemeriksaan 3 bulan kedepan. Konsultasikan hasil pemeriksaan ke dokter Penyakit Dalam subspecialis Ginjal dan Hipertensi.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan peningkatan gula darah sewaktu yaitu 222 (diabetes) dan peningkatan HbA1C yaitu 11.3 (diabetes). HbA1c (Hemoglobin A1c) adalah tes darah untuk mengukur rata-rata kadar gula darah selama 2-3 bulan terakhir. Maka, disarankan untuk mengulang hasil HbA1C setiap 3 bulan sekali. Lakukan konsultasi rutin ke dokter spesialis Penyakit Dalam, terkait hasil pemeriksaan laboratorium dan keberhasilan obat diabetes untuk mendapatkan terapi yang tepat.
- Pada hasil urin didapatkan eritrosit (sel darah merah), leukosit, protein, darah dan glukosa. Hal ini dapat disebabkan adanya infeksi saluran kemih dan menandakan bahwa ada fungsi penyaringan ginjal yang terganggu. Segera konsultasikan hasil pemeriksaan ke dokter spesialis Urologi.



dr. Astri Nuur Sa'diyyah